

問題や葛藤の強さが感じられる事例からは、母親からの愛情を感じることができないために「愛されていない」「愛情欲求」などの表現が多くみられ、そのために距離を感じる、どう接していいかわからない、といったことが話されていた。母親から愛されているという実感をもつことが、母親に対して安心して意見をぶつけるための必要な条件であるとも考えられるだろう。

これらの結果は第1章で述べた先行研究と一致するところが多いが、一方ではいくらかの違いもみられた。例えば、中学校の時期の母親へのアンビバレントな感情などは、今回の面接で明らかになったことである。先行研究(特に質問紙法のもの)では、こうした感情はうまくとらえられていないようである。したがって、今回用いた個別面接法は、この点で有効であったといえる。

フォーカシング的態度尺度と臨床的妥当性についての検討

村澤 香苗

フォーカシングとは、Gendlin (1981) により開発された、心理療法・カウンセリングの方法である。何らかの意味をもっている身体感覚（フェルト・センス）に注意を向け、その身体感覚から内なる自己がその人に伝えているメッセージを聴くことにより、自己の気づきを促し、こころを癒していく独特のプロセスである (Cornell, 1996)。

フォーカシングの過程を進めるために重要なことは、からだに注意を向けながらゆったりとした心構えで待つといった、ある種の態度を保つことである。福盛・森川 (2003) は、このようなフォーカシング特有の態度のことを「フォーカシング的態度」と呼び、日常生活でのフォーカシング的態度を測定する尺度、The Focusing Manner Scale (以下、FMS) を作成した。フォーカシング的態度を測定する尺度であるFMSが作成されてから、FMSとGHQ (福盛ら、2003) や、FMSとTEG (中垣・池見、2005) との比較により精神的健康度との関連が検討されたり、FMSと抑うつとの関連 (山崎、2004) が調べられている。フォーカシング的態度が高いと精神的健康度も高くなるということは明らかになっているが、実際のフォーカシング・セッションの内容との関連については研究されていない。

そこで本研究では、フォーカシング未経験者を対象にフォーカシング・セッションを行ない、その前後のフォーカシング的態度を測定し、セッション内容と比較することで、FMSの臨床的妥当性を検討する。その際、フォーカシング的態度 (FMS得点) の高さの違いにより、フェルト・センスの四つの側面やセッション後のFMS得点に、どのような違いが現れるのかについて検討することを目的とし、調査を行なった。

FMS得点の高低により、高群・低群の2つに分け比較検討した。セッション内容を、イメージを除くフェルトセンスの3つの側面とフェルトシフトから検討したところ、低群において、フェルトセンスの3つの側面すべてに触れている方、フェルトシフトに至った方が比較的多いという結果になった。セッション後のF

MS得点に関しても、低群が総得点と第一因子である体験過程への「注意を向け」尺度の得点が有意に高くなるという結果であった。仮説で、FMSの第一因子はフォーカシング体験を通して身につく態度としての要素が強いと予測していたが、この仮説は低群において支持された。

FMSの臨床的妥当性については、FMS得点の高さの違いによる、高群・低群間のフェルトセンスやフェルトシフトなどのセッションの進み方に関する大きな違いは見られず、フェルトセンスの3つの側面という視点では高群・低群間の違いを見ることはできなかった。しかし、その他の指標においてはいくつかの特徴的な違いが見られた。高群の中には、導入の「からだの感じ」ワークを行なっただけで楽な感じを体験できた方、嫌な感じがあったとしても程よい距離を保ちながらセッションを進めることができた方が多かったことである。また、頭での考えが高群においては1名しかおらず、フェルトセンスが出てくるのをゆっくり待つというフォーカシング的態度が備わっていることを示す証拠ではないかと考える。

今回の調査では、フォーカシング的態度を測定しているかどうかを明確に裏付ける根拠が挙げられなかった。今後の課題として、今回の結果を踏まえて、新たな方法を考える必要がある。まず、フェルトセンスの3つの側面に触れるところで一連のセッションを終了していたが、生活や人生との関わり合いの側面に関してさらにセッションを進めていくことや、1回だけではなく何度かセッションを重ねてみたときに、その進み方に特徴が現れてくる可能性がある。また、今回の調査で、高群のFMS得点が減少した要因について検証するため、セッションを行なわない統制群との比較が必要である。